

Утверждено:



Директор МКОУ Кузнецовской СОШ  
И.Ю.Малахова

**МЕНЮ  
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ) ИЗ КАТЕГОРИИ  
ДЕТЕЙ ИЗ МНОГОДЕТНЫХ И МАЛОИМУЩИХ СЕМЕЙ, ДЕТЕЙ,  
ПИТАЮЩИХСЯ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ  
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 9 по 14 октября 2023 ГОДА**

**Понедельник 9.10.2023**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,0	5,1	3,1	62,4	26,79
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19,1	18,4	48,2	435,3	58,31
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8	1,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	93,8	2,48
Пром.369	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>620</b>	<b>25,3</b>	<b>24,2</b>	<b>87,4</b>	<b>669,5</b>	<b>90,58</b>
<b>Итого за день</b>		<b>620,0</b>	<b>25,3</b>	<b>24,2</b>	<b>87,4</b>	<b>669,5</b>	<b>90,58</b>

**Вторник 10.10.2023**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-11г	Картофельное пюре	250	5,1	8,8	33,0	232,3	11,89
П/Ф.	Голубцы ленивые «Натуральные»	90	7,6	6,9	5,8	115,5	34,78
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	13,94
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,1
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>640</b>	<b>24,5</b>	<b>20,2</b>	<b>92,6</b>	<b>650,8</b>	<b>66,81</b>
<b>Итого за день</b>		<b>640,0</b>	<b>24,5</b>	<b>20,2</b>	<b>92,6</b>	<b>650,8</b>	<b>66,81</b>

**Среда 11.10.2023**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	155	4,6	5,4	31,5	193,3	9,56
54-2м	Гуляш из говядины	80	13,6	13,2	3,1	185,7	57,94
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,40
Пром.380	Апельсин	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10

Пром.360	Хлеб пшеничный	230	2,1	0,5	18,6	86,9	34,50
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>715</b>	<b>28,0</b>	<b>22,4</b>	<b>89,0</b>	<b>669,1</b>	<b>114,50</b>
<b>Итого за день</b>		<b>715,0</b>	<b>28,0</b>	<b>22,4</b>	<b>89,0</b>	<b>669,1</b>	<b>114,50</b>

#### Четверг 12.10.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	6,40
54-21г	Горошница	200	19,3	1,8	45,0	273,1	3,08
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	100	15,0	15,5	2,4	209,3	53,60
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	13,66
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,24
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>650</b>	<b>42,2</b>	<b>21,2</b>	<b>93,7</b>	<b>734,4</b>	<b>79,84</b>
<b>Итого за день</b>		<b>650,0</b>	<b>42,2</b>	<b>21,2</b>	<b>93,7</b>	<b>734,4</b>	<b>79,84</b>

#### Пятница 13.10.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11,0	3,6	122,5	13,04
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2	26,5	408,6	102,14
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,40
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>30,9</b>	<b>35,1</b>	<b>63,2</b>	<b>691,3</b>	<b>121,92</b>
<b>Итого за день</b>		<b>570,0</b>	<b>30,9</b>	<b>35,1</b>	<b>63,2</b>	<b>691,3</b>	<b>121,92</b>

#### Суббота 14.10.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	13,42
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	5,59
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.385	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0	15,70
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>18,7</b>	<b>16,3</b>	<b>87,7</b>	<b>571,4</b>	<b>54,31</b>
<b>Итого за день</b>		<b>630,0</b>	<b>18,7</b>	<b>16,3</b>	<b>87,7</b>	<b>571,4</b>	<b>54,31</b>

Заведующая

*Гелсер*

О.А.Гелсер